

**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND*  
*GROUNDSTROKE* MINI TENIS SISWA PUTRA DAN PUTRI KELAS ATAS  
SD NEGERI SINDUADI 1 KECAMATAN MLATI  
KABUPATEN SLEMAN**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



**Oleh :**

Zulfikar Fadhillah  
14601244004

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND*  
*GROUNDSTROKE* MINI TENIS SISWA PUTRA DAN PUTRI KELAS ATAS  
SD NEGERI SINDUADI 1 KECAMATAN MLATI KABUPATEN SLEMAN**

Oleh :  
Zulfikar Fadhillah  
14601244004

**ABSTRAK**

Kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstrokes* merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan mini tenis. Pemain akan berpeluang lebih besar meraih kemenangan apabila kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstrokes*nya lebih baik, karena kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* adalah yang paling sering digunakan saat bermain mini tenis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstrokes* permainan mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

Metode penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran. Subjek penelitian adalah siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1 yang berjumlah 30 siswa, secara detail 16 siswa putra dan 14 siswa putri. Instrumen tes menggunakan *Dyer Tennis Test* dengan validitas tes sebesar 0,85 sampai dengan 0,90 dan koefisien reliabilitas tes sebesar 0,90 (Ngatman, 2001: 33). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada siswa putra dan putri kelas atas (0%) yang mendapat kategori kurang sekali (0%), 14 siswa putra dan putri kelas atas mendapat kategori kurang (47%), 9 siswa putra dan putri kelas atas mendapat kategori sedang (30%), 4 siswa putra dan putri kelas atas mendapat kategori baik (13%), 3 siswa mendapat kategori baik sekali (10%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstrokes* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman berkategori kurang.

***Kata kunci : Kemampuan, Forehand dan Backhand, Mini Tenis, siswa putra dan putri kelas atas***

# **ABILITY LEVEL OF FOREHAND AND BACKHAND GROUNDSTROKE MINI TENNIS BASIC TECHNIQUES IN HIGH GRADE STUDENT AT PRIMARY SCHOOL OF SINDUADI 1 MLATI SLEMAN**

## **Abstract**

Ability of forehand and backhand groundstroke is an important techniques in mini tennis. Players will have a bigger chance of winning a match if they have better basic technique of forehand and backhand groundstroke, because basic techniques of Forehand and Backhand Groundstroke is very often to used in mini tennis. This research purpose is to know the ability level of forehand and backhand groundstroke basic techniques high Grade student in primary school of Sinduadi 1 Mlati, Sleman.

This research used survey method with practice and measurement test to collect data. The subject of this research were 30 high grade student in primary school of Sinduadi 1 Mlati, Sleman, 16 male and 14 female student in detail. The test instrument used *Dyer Tennis Test* with the validity test 0,85 until 0,90 and the reliability test coefficient of 0,90 (Ngatman, 2001 : 33). Data analysis techniques of this research was descriptive with percentage.

The result of this research shows there are no students get very less category (0%), 14 students get less category (47%), 9 students get medium category (30%), 4 students get good category (13%), 3 students get the very good category (10%). Therefore can be concluded that the ability level of forehand and backhand groundstroke basic techniques high Grade student in primary school of Sinduadi 1 Mlati, Sleman have “less” category.

**Key words : Ability, Forehand and Backhand, Mini Tennis, Students**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan judul

**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND*  
*GROUNDSTROKE* MINI TENIS SISWA-SISWI KELAS ATAS SD NEGERI  
SINDUADI 1 KECAMATAN MLATI KABUPATEN SLEMAN**

Disusun oleh:  
Zulfikar Fadhillah  
14601244004

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan  
Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Dr. Gunung, M.Pd.  
NIP. 19810926 200604 1 001

Yogyakarta, Oktober 2018

Disetujui,  
Dosen Pembimbing



Ngatman Soewito, M.Pd.  
NIP. 19670605 199403 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zulfikar Fadhillah

NIM : 14601244004

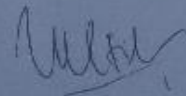
Program Studi : PJKR (Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi)

Judul TAS : Tingkat Kemampuan Teknik Dasar *Forehand* dan *Backhand*  
*Groundstroke* Minu Tenis Siswa-Siswi Kelas Atas SD Negeri Sinduadi  
I Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim. Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Oktober 2018

Yang menyatakan,



Zulfikar Fadhillah

NIM. 14601244004

## HALAMAN PENGESAHAN



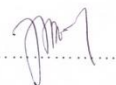
Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND*  
*GROUNDSTROKE* MINI TENIS SISWA PUTRA DAN PUTRI KELAS ATAS  
KELAS ATAS SD NEGERI SINDUADI 1 KECAMATAN MLATI  
KABUPATEN SLEMAN**

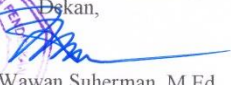
Disusun Oleh :  
Zulfikar Fadhilah  
NIM. 14601244004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas  
Negeri Yogyakarta pada 5 November 2018

### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Ngatman, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		24/01 2019
Dr. Yudianto, S.Pd. Jas. M.Pd. Sekretaris Penguji		24/01 2019
Dr. Abdul Alim, S.Pd., K.Or., M.Or. Penguji I		24/01 2019

Yogyakarta, 24 Januari 2019  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

## **MOTTO**

1. Engkau tak dapat meraih ilmu kecuali dengan enam hal, yaitu cerdas, selalu ingin tahu, tabah, punya bekal dalam menuntut ilmu, bimbingan dari guru dan dalam waktu yang lama (Ali bin Abi Thalib)
2. Ilmu tanpa agama adalah suatu kecacatan, dan agama tanpa ilmu merupakan kebutaan.
3. Berbuat kesalahan adalah kekurangan manusia, namun belajar dari kesalahan adalah kelebihan manusia (Burhannandra Dwi Astanto).
4. Ilmu pengetahuan tanpa agama lumpuh, agama tanpa ilmu pengetahuan buta (Albert Einstein).

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya ini penulis persembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku, Bapak Suparjana, S.Pd. (Alm) dan Ibu Dwi Takarini (Alm) yang telah merawat, membimbing dan memenuhi segala keperluan dari kecil hingga dewasa. Terima kasih atas segala cinta, kasih sayang dan semangat yang telah diberikan, serta doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam mengiringi langkahku dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Saudaraku Mbak Irene Prabandaru Hutami. Terima kasih atas segala dukungan dan dorongannya memberikan semangat bagi penulis.
3. Semua teman-teman PJKR D 2014, teman-teman UKM Tenis Lapangan, teman-teman KKN B 147 Blora, teman-teman PLT SMK YPKK 2 Sleman, dan semuanya yang memberikan semangat serta motivasi untuk menyelesaikan semua ini.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya serta krunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dengan judul “Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Forehand dan Backhand Groundstroke Mini Tennis Siswa Putra dan Putri Kelas Atas SD Negeri Sinduadi 1 Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman” dengan lancar.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

- a. Bapak Drs. Ngatman Soewito, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing TAS, yang telah memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
- b. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang telah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap tugas akhir skripsi saya.
- c. Bapak Dr. Guntur, M.Pd. selaku ketua Jurusan PJKR FIK UNY yang telah menyetujui dan mengizinkan pelaksanaan penelitian.
- d. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M. Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian tugas akhir skripsi ini.
- e. Teman-teman PJKR D 2014, terima kasih atas semuanya.

- f. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan pada khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya. Dan penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, November 2018

Penulis,

Zulfikar Fadhillah

NIM. 14601244004

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	8
2. Kurikulum Permainan Bola Kecil .....	9
3. Hakikat Kemampuan Dasar .....	11
4. Hakikat Tennis Lapangan .....	12
a. Hakikat <i>Forehand Groundstroke</i> .....	13
b. Hakikat <i>Backhand Groundstroke</i> .....	15
c. Hakikat Permainan Mini Tennis.....	16
d. Teknik Dasar Permainan Mini Tennis .....	20
5. Karakteristik Siswa putra dan putri kelas atas SD Kelas Atas.....	23
B. Penelitian Yang Relevan .....	24
C. Kerangka Berpikir.....	26

<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>29</b>
A. Desain Penelitian .....	29
B. Definisi Operasional Penelitian .....	29
C. Populasi Dan Sampel Penelitian .....	30
D. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	30
E. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengambilan Data.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan .....	46
C. Keterbatasan Penelitian .....	49
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
C. Implikasi Hasil Penelitian .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Skala kategori	36
Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1	38
Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1	39
Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1	40
Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1	41
Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1	42
Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1	44
Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1	45

## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1. Playing area	18
Gambar 2. Net Mini Tennis	18
Gambar 3. Raket mini tenis	19
Gambar 4. Bola mini tenis	20
Gambar 5. Bagan alur kerangka berpikir penelitian	28
Gambar 6. Lapangan <i>Dyer Tennis Test</i>	32
Gambar 7. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1	38
Gambar 8. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1	39
Gambar 9. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1	40
Gambar 10. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Forehand</i> siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1	42
Gambar 11. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1	43
Gambar 12. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1	44
Gambar 13. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan <i>Backhand</i> siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1	45
Gambar 14. Guru dan Siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1	64
Gambar 15. Pemanasan Sebelum Pengambilan Data	64
Gambar 16. Pengambilan Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke</i> Mini Tennis	65
Gambar 17. Pengambilan Data Kemampuan Teknik Dasar <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke</i> Mini Tennis	65

## DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Surat izin penelitian	56
Lampiran 2. Hasil perolehan data <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i> siswa putra dan putri kelas atas	57
Lampiran 3. Hasil perolehan data <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i> siswa putra kelas atas	58
Lampiran 4. Hasil perolehan data <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i> siswa putri kelas atas	59
Lampiran 5. Kartu bimbingan skripsi	60
Lampiran 6. Kalibrasi meteran	61
Lampiran 7. Kalibrasi stopwatch	63
Lampiran 8. Daftar hadir siswa putra dan putri kelas atas SD Sinduadi 1	64
Lampiran 9. Dokumentasi penelitian	65

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di tingkat sekolah dasar karena pendidikan jasmani terdapat dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang memfokuskan pada pengembangan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani (Depdiknas, 2003:5). Pengembangan keterampilan gerak dasar yang diajarkan meliputi gerak dasar berdiri, berjalan, berlari, melempar, menangkap, menendang, dan sebagainya yang bertujuan agar gerak dasar tersebut dapat terbentuk menjadi satu kesatuan gerakan yang mengandung unsur estetika.

Ruang lingkup bahan pengajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di sekolah dasar diberikan setiap semester mulai dari kelas I sampai dengan kelas VI. Materi pengajaran penjasorkes ditekankan pada usaha memacu/meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, emosional, mental dan sosial peserta didik. Adapun penekanan yang lain adalah usaha dalam memperkenalkan teknik-teknik dasar dalam permainan dan cabang olahraga. Melalui pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan dapat membentuk manusia sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan pada akhirnya membentuk manusia yang berkualitas. Salah satu



standar kompetensi yang diajarkan pada peserta didik yaitu mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Materi yang pada umumnya diajarkan dalam penjasorkes adalah permainan bola kecil yang terdiri atas permainan bola kasti, bola bakar, *rounders*, dan *kipers*. Permainan-permainan tersebut diajarkan dengan melakukan modifikasi sedemikian rupa sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan menarik, runtut dan menyenangkan mulai dari tahap pengenalan bola, teknik dasar, peraturan permainan, dan lain-lain. Selain materi permainan bola kecil seperti yang terurai di atas, pembelajaran permainan bola kecil juga dapat diajarkan dengan mengenalkan materi cabang olahraga tenis lapangan. Namun demikian, untuk peserta didik di tingkat sekolah dasar, permainan tenis lapangan dapat dimodifikasi permainannya dan disesuaikan dengan tingkat kecakapan peserta didik mulai dari: ukuran lapangan, raket, bola, net, penghitungan nilainya. Modifikasi permainan tenis lapangan yang cukup populer dewasa ini adalah permainan mini tenis (*ace tennis*).

Mini tenis merupakan modifikasi dari tenis yang sebenarnya, dimana lapangan, raket dan bolanya serta aturannya dibuat sederhana sekali. Mini tenis mempunyai tujuan mengenalkan permainan tenis yang sesungguhnya sejak usia dini. Secara umum, mini tenis mencakup pemain yang berusia 5 sampai 11 tahun dan ITF (*International Tennis Federation*) menganjurkan suatu program berkelanjutan yang progresif, melalui 3 jenis mini tenis yang membedakan satu dengan yang lainnya dari ukuran lapangan, bola, dan raket. Permainan ini dapat dimainkan di lapangan mana

saja, di jalanan, di taman atau di lahan yang permukaannya datar. Raketnya terbuat dari plastik yang telah di produksi di Indonesia. Bentuknya seperti pedal, sedangkan bola yang digunakan adalah bola yang tekanannya kurang atau bola tenis bekas yang gembos. Sedangkan aturannya dipermudah dengan hitungan yang tidak seperti tenis sebenarnya dimana pemain yang lebih dahulu mendapat angka 11 adalah pemenangnya, jika terjadi 10-10 sama maka harus selisih 2.

Teknik dasar dalam mini tenis terdiri dari: servis, pukulan *forehand*, dan pukulan *backhand* (Jim Brown, 2007:53). Teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* adalah sebuah pukulan dimana telapak tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan. Teknik *forehand* ini sangat penting karena pukulan ini dapat menjadi senjata simpanan yang bermanfaat bagi pemain untuk menekan lawan. Teknik ini merupakan teknik yang dominan dipergunakan dalam permainan mini tenis (Jim Brown, 2007:31). Sedangkan teknik *backhand groundstroke* merupakan teknik pukulan dimana punggung telapak tangan yang memegang raket menghadap ke arah depan. Teknik inipun juga merupakan teknik yang dominan dipergunakan di dalam mini tenis, selain teknik *forehand groundstroke*.

Kemampuan teknik dasar antara teknik satu dengan teknik yang lainnya merupakan kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Tanpa menguasai kemampuan dasar dasar bermain mini tenis yang baik maka permainan mini tenis tidak dapat dimainkan dengan baik. Penguasaan teknik-teknik dasar tersebut dapat dikuasai dengan baik jika dipelajari dan diajarkan secara kontinyu dan menggunakan metode pengajaran yang tepat. Dengan menguasai teknik dasar bermain mini tenis diharapkan peserta didik akan memiliki keterampilan bermain mini tenis yang memadai sejak usia dini.

Cabang olahraga mini tenis merupakan salah satu kegiatan ekstra kurikuler di SD Negeri Sinduadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman. Penyelenggaraan kegiatan ekstra kurikuler cabang olahraga ini merupakan tindak lanjut dari pelatihan yang telah diberikan kepada guru penjasorkes yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN UNY Tahun 2013. Setelah program kegiatan ekstra kurikuler cabang olahraga mini tenis berjalan lima tahun ternyata berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru penjasorkes di SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman belum pernah diadakan penelitian tentang tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke*. Sekarang ini, banyak pertandingan-pertandingan yang diselenggarakan mulai festival mini tenis dari tingkat gugus hingga pertandingan mini tenis tingkat nasional yang diselenggarakan oleh daerah-daerah di seluruh Indonesia.

Fakta lain yang dapat dihimpun oleh peneliti adalah pada saat penyelenggaraan festival/pertandingan mini tenis tingkat SD di tingkat Kabupaten Sleman dan Provinsi DIY, hasil yang diperoleh tidak sesuai harapan (kandas di babak-babak awal kejuaraan/festival).

Atas dasar fakta tersebut inilah yang melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian tentang “tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand Groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri 1 Sinduadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Pada saat penyelenggaraan festival/pertandingan mini tenis tingkat SD di tingkat Kabupaten Sleman dan Provinsi DIY, hasil yang diperoleh tidak sesuai harapan (kandas di babak-babak awal kejuaraan/festival)?
2. Belum diketahui tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis pada siswa putra dan putri kelas atas siswa SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman?

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas dan agar permasalahan tidak terlalu meluas, maka penelitian ini di batasi pada tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi masalah dalam penelitian ini yaitu : “tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman. “.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan tersebut di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar mini tenis siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

## **F. Manfaat Penelitian**

Permasalahan yang akan diteliti diharapkan dapat memberikan suatu manfaat sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis :**

- a. Diharapkan menjadi bahan informasi bagi guru penjasorkes sekolah dasar di SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta terhadap proses pembelajaran khususnya permainan mini tenis.
- b. Sebagai landasan teori bagi yang ingin mengukur tingkat kemampuan dasar bermain mini tenis teknik dasar yang lain dalam permainan mini tenis.

### **2. Manfaat Praktis :**

- a. Memberikan sumbangan informasi bagi mahasiswa calon guru penjasorkes sekolah dasar dalam mengembangkan metode-metode pembelajaran penjas menjadi variatif khususnya permainan bola kecil.
- b. Dapat digunakan untuk instrumen untuk mengetahui peserta didik yang berbakat dalam keterampilan bermain mini tenis.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah dasar karena pendidikan jasmani terdapat dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menekankan pada aktivitas fisik. Pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia yang seutuhnya (Sukintaka, 2005:5).

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani (Depdiknas, 2003:5).

Menurut pendapat diatas tentang pendidikan jasmani, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani yang telah dirumuskan dalam ranah psikomotorik, afektif, dan kognitif. Selain itu, pendidikan jasmani juga melibatkan pembentukan karakter yang didalamnya telah tercantum *character building* untuk dapat diaplikasikan pada peserta didik.

## 2. Kurikulum Permainan Bola Kecil

Menurut B. Othanel Smith, W. O. Starley dan J. Harlan Shores, (Suyadi dan Dahlia(2015:2)) kurikulum merupakan “*A sequence of potential experience is set up in the school for the purpose of disciplining children and youth in group ways of thinking and action*”. Kurikulum merupakan sejumlah pengalaman potensial yang diatur untuk tujuan mendisiplinkan anak-anak dan remaja agar mereka dapat berpikir dan bertindak sesuai dengan kelompoknya. Oemar Hamalik (2006:97) menjelaskan bahwa kurikulum adalah perencanaan kesempatan belajar untuk membina siswa ke arah perubahan perilaku yang diinginkan dan menilai hingga di mana perubahan-perubahan tersebut telah terjadi pada diri siswa yang bersangkutan. Dari beberapa pandangan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kurikulum merupakan seperangkat rencana pembelajaran yang digunakan untuk membina siswa ke arah perilaku yang diinginkan dan menilai sejauh mana perubahan perilaku tersebut telah terjadi pada siswa.

Kurikulum memiliki tujuan mencakup empat kompetensi, yaitu (1) kompetensi sikap spiritual, (2) sikap sosial, (3) pengetahuan, dan (4) keterampilan. Kompetensi tersebut dicapai melalui proses pembelajaran intrakurikuler, kokurikuler, dan/atau ekstrakurikuler.

Rumusan Kompetensi Sikap Spiritual yaitu, “Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya”. Adapun rumusan Kompetensi Sikap Sosial yaitu, “Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga”.



Kedua kompetensi tersebut dicapai melalui pembelajaran tidak langsung (indirect teaching), yaitu keteladanan, pembiasaan, dan budaya sekolah dengan memperhatikan karakteristik mata pelajaran, serta kebutuhan dan kondisi peserta didik.

Penumbuhan dan pengembangan kompetensi sikap dilakukan sepanjang proses pembelajaran berlangsung, dan dapat digunakan sebagai pertimbangan guru dalam mengembangkan karakter peserta didik lebih lanjut.

Kompetensi Pengetahuan dan Kompetensi Keterampilan dirumuskan sebagai berikut ini :

KOMPETENSI INTI 3 (PENGETAHUAN)	KOMPETENSI INTI 4 (KETERAMPILAN)
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	4. Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

KOMPETENSI DASAR	KOMPETENSI DASAR
3.2 Memahami variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.2 mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*

### 3. Hakikat Kemampuan Dasar

Setiap manusia di dunia terlahir dibekali dengan bermacam-macam kemampuan dasar. Kemampuan dasar masing-masing individu juga tentu berbeda, karena menurut Robbin (2007:57), “kemampuan adalah kapasitas seorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan”. Pada dasarnya kemampuan terdiri dari 2 macam, yaitu :

- a. Kemampuan intelektual (*intellectual ability*) yaitu kemampuan yang dibutuhkan untuk melakukan berbagai aktifitas mental-berfikir, menalar dan memecahkan masalah.
- b. Kemampuan fisik (*physical ability*) yaitu kemampuan melakukan tugas-tugas yang menuntut stamina, keterampilan, kekuatan, dan karakteristik serupa.

Contoh kemampuan dasar yang terdapat dalam diri manusia yaitu kemampuan gerak. Kemampuan gerak manusia secara otomatis memerlukan suatu daya yang mendukung berbagai aktifitas sehingga dapat terjadi gerakan. Menurut Suharno dalam Titis (2014:9), bahwa kemampuan dasar adalah proses gerak dimana dalam

melakukannya menempatkan fundamen gerak yang dilakukan dengan kondisi yang sederhana dan mudah.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan dasar adalah kemampuan seseorang melakukan teknik-teknik dasar.

#### **4. Hakikat Tennis**

Tennis merupakan cabang olahraga yang dimainkan oleh dua orang pemain yang disebut partai tunggal atau dapat dilakukan dengan empat orang pemain yang disebut partai ganda. Menurut Arma Abdoellah dan Soediarsono (1981: 501) tennis merupakan salah satu macam olahraga yang mempergunakan bola kecil dan setiap pemainnya memakai raket sebagai alat pemukul bola. Senada dengan itu Robert Schraff yang dialih bahasa Almatsier (1985: 6) mengemukakan, tennis adalah olahraga jaring (net) dan raket, yang dimainkan oleh dua pemain (*single* = tunggal) satu dengan lain berhadapan, atau empat orang pemain (*double* = ganda) yang bermain dua lawan dua. Sasaran dari permainan tennis menurut Jones dan Angela (2006: 10) adalah memukul bola dalam garis sehingga lawan tidak dapat a) mencapainya, atau b) mengembalikan ke daerah permainan sendiri. Artinya, dalam permainan berlangsung, dengan cara memukul atau menempatkan bola pada posisi yang sulit ke daerah permainan lawan sehingga tidak bisa dikembalikan oleh lawan dan berusaha agar bola tidak berhenti di daerah sendiri.

Dari pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tennis merupakan cabang olahraga yang biasa dimainkan secara tunggal atau ganda menggunakan bola kecil dan raket sebagai pemukul bola yang dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi

panjang yang membagi dua sama besar oleh sebuah net.

Menurut Robert Schraff yang dialih bahasa Almatsier (1985: 24) ada empat pukulan dasar yaitu *serve*, *forehand drive (groundstroke)*, *backhand drive (groundstroke)*, dan *volley*. Dari keempat teknik dasar bermain tenis maka seorang petenis harus menguasai teknik dasar tersebut dengan baik, selain itu juga diperlukan faktor fisik dan mental yang baik pula.

#### **a. Hakikat *Forehand Groundstroke***

Pukulan *forehand* merupakan pukulan dimana telapak tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan (Intania Putri dkk, 2016: 178). *forehand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan pada sisi *forehand*.

Gerakan *forehand groundstrokes* dapat dibagi menjadi tiga tahap yaitu tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap perkenaan bola (*point of contact*), serta tahap saat gerak lanjutan (*follow through*). Dalam pelaksanaannya tiga tahap ini harus merupakan satu kesatuan gerak yang harus dilakukan secara simultan. Menurut Jim Brown, (2007: 32-33) begitu tahu bola menuju sisi *forehand*, mulailah melakukan *backswing*. *Backswing* ini dilakukan dengan cara mengayunkan raket ke belakang dengan arah paralel garis lurus ke lapangan atau dalam betuk memutar, ke posisi dimana raket berada agak di bawah pinggang dan menuding ke bangku atau ke belakang baseline. Begitu bola menuju sisi *forehand*, bergerak ke posisi berlawanan, menunjuk pada bola dengan kaki yang di depan membentuk sebuah garis yang mendekati paralel dengan *sideline*. Jika bola datang lebih rendah dari pinggang, tekuk

lutut, dijaga agar pinggung tetap lurus. Teknik *forehand groundstrokes* dipaparkan oleh (Brown, 2007:31-32) adalah sebagai berikut:

1) Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Berawal dari sikap siap begitu bola datang, putar badan ke kanan (bagi yang tidak kidal) sehingga bahu dan pinggang menghadap ke net, berat badan berada di kaki kanan, bersamaan dengan gerak tersebut tarik raket ke belakang kurang lebih setinggi telinga kemudian membawa raket setinggi pinggang. bawah raket meghadap kearah datangnya bola, lutut agak ditekuk untuk membantu melakukan gerakan memukul dari bawah ke atas.

2) Tahap Saat Perkenaan (*point of contact*)

Memindah posisi kaki kiri ke depan sehingga kedua kaki sejajar dengan garis samping, ujung kaki kiri sorong ke depan dan ujung kaki kanan mengarah ke garis samping. Memindah posisi berat raket dari kanan ke kaki kiri. Bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depan agak ke atas di depan pinggul sebelah kiri. Pada saat raket mengenai bola, raket diusahakan tetap sejajar dengan lantai, pergelangan tangan agak bengkok ke belakang. Bola dipukul setinggi lutut sampai pinggang dan agak didepan badan.

3) Tahap Gerak Lanjutan (*followthrough*)

Setelah raket mengenai bola dilanjutkan gerak dengan lurus ke depan dari rendah ke tinggi menuju kearah net, kaki yang berada di belakang melangkah ke depan kembali ke posisi siap (*ready position*).

## **b. Hakikat *Backhand Groundstroke***

Pukulan *Backhand* merupakan sebuah pukulan di mana punggung tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan (Intania Putri dkk, 2016: 178). *groundstrokes backhand* mengarah ke sisi yang berlawanan (Brown, 2007: 31). Dalam ulasan tersebut yang dimaksud adalah berlawanan dengan arah bola yang harus dipukul dengan *forehand groundstrokes*. Sehingga, pada dasarnya teknik *Backhand* memiliki konsep gerak dasar yang sama dengan teknik *forehand groundstrokes*, karena *backhand* merupakan kebalikan dari gerakan *forehand groundstrokes*.

Menurut Brown, (2007: 34-35) dengan tidak memperhatikan bagaimana memegang raket, mulailah mengayun ke belakang begitu bola dipukul lawan. Gunakan tangan yang bebas untuk mengayun leher raket. Biarkan tangan berada di bagian tersebut selama memukul dengan *backhand* kecuali bila memukul dengan menggunakan dua tangan, begitu raket mengayun ke belakang, putar bahu sehingga lawan dapat melihat punggung. *backhand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dari sisi *backhand*. Gerakan *backhand groundstrokes* pada prinsipnya hampir sama dengan *forehand groundstrokes* yang terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap saat perkenaan (*point of contact*), dan tahap gerak lanjutan (*follow through*). Menurut Brown (2007: 34-35), teknik *backhand groundstrokes* dapat dipaparkan sebagai berikut:

1) Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Sikap siap begitu bola datang putar badan ke kiri (bagi yang tidak kidal), hingga menghadap ke garis samping, berat badan berada pada kaki kiri. Bersamaan dengan belakang setinggi telinga, kemudian pinggang, lengan sedikit bengkok ke kiri (hampir membelakangi net).

2) Tahap saat perkenaan (*point of contact*)

Pindah kaki ke kanan sehingga ke dua kaki sejajar garis samping. Pindahkan berat badan, bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depanagak ke atas untuk memukul bola dari depan pinggang sebelah kanan. Bola dipukul setinggi antara lutut sampai pinggang. Saat perkenaan raket dengan bola, kemudian raket sejajar dengan lantai.

3) Tahap gerak lanjutan (*follow through*)

Setelah perkenaan antara bola dengan raket (setelah *point of contact*), lanjut gerakan lengan ke depan panjang sehingga posisi akhir, raket dengan lurus di atas bahu dan mengarah ke atas melewati mata sebelah kanan.

**c. Hakikat Permainan Mini Tennis**

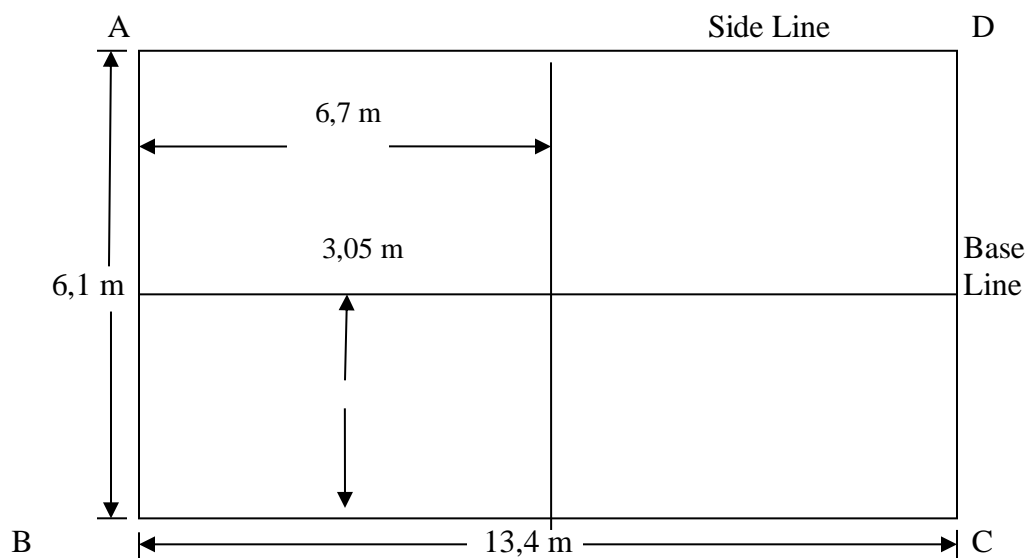
Dalam buku panduan mini tenis yang disusun oleh Asisten Deputi Pengembangan Industri Olahraga, Drs. Achmad Tharmizi dalam Titis (2014:11), mini tenis merupakan modifikasi dari tenis yang sebenarnya, dimana lapangan, raket dan bola serta aturannya dibuat sederhana sekali. Menurut Ricky (2014) permainan mini tenis adalah permainan mini tenis yang dimainkan pada sebuah lapangan yang berukuran kecil, sehingga para pemain tidak perlu banyak berlari seperti bermain

tenis lapangan yang sebenarnya. Permainan ini digunakan sebagai proses pembelajaran yang menyenangkan karena dapat melihat perilaku anak pada saat permainan berlangsung, selain itu dapat digunakan untuk mengetahui bakat anak secara efektif. Menurut Abdul (2009: 63) mini tenis adalah permainan tenis yang dimainkan pada sebuah lapangan yang berukuran kecil dan dibuat di atas permukaan yang datar. Jenis raket yang dipergunakan sebenarnya tidak menjadi masalah, asalkan tidak terlalu berat dan grip atau pegangan tidak terlalu besar. Sebuah kayu, hardboard, triplek dapat dipakai. Dapat juga dimainkan dengan menggunakan raket plastik atau raket aluminium. Mini tenis secara umum mencakup pemain yang berusia 5 sampai 11 tahun dan ITF (*International Tennis Federation*) menganjurkan suatu program berkelanjutan yang progresif, melalui tiga jenis mini tenis yang membedakan satu dengan yang lainnya dari ukuran lapangan, bola, dan raket.

Permainan ini dapat dimainkan di lapangan mana saja, di taman atau di lahan yang permukaannya datar. Raketnya terbuat dari plastik yang telah diproduksi di Indonesia. Bentuknya seperti pedel, sedangkan bola yang digunakan adalah bola yang tekanannya kurang atau bola tenis bekas yang gembos. Sedangkan aturannya dipermudah dengan hitungan yang tidak seperti tenis sebenarnya dimana pemain yang lebih dahulu mendapat angka 1-1 adalah pemenangnya, jika terjadi 10-10 sama maka harus selisih 2.



Bentuk lapangan disesuaikan dengan ukuran anak sekolah dasar, dengan panjang lapangan 13,4 m dan lebar 6,1 m (Mike Sleaf, 1984:171). Raket mini tenis lebih murah dibandingkan raket tenis yang sesungguhnya karena raket mini tenis terbuat dari plastik atau dapat juga dibuat sederhana dengan bahan kayu yang ringan. Panjang raket adalah 38 cm, adapun lebarnya 20 cm (Mike Sleaf, 1984:173).



Gambar 1. *Playing Area*  
(Mike Sleaf, 1984:171)

Peralatan yang digunakan dalam permainan mini tenis adalah sebagai berikut :



Gambar 2. Net Mini Tenis (<http://itftennis.com>)

Banyak bentuk net yang dapat dimanfaatkan untuk permainan mini tenis. Sebuah net bulu tangkis baik juga dipergunakan. Jika memang tidak tersedia net mini tenis atau bulu tangkis, kita dapat memodifikasi bentuk net dari tali yang terbuat dari benang atau tali rafia yang dibentangkan lurus dengan tinggi net di tengah 80 sentimeter dan tiang setinggi 85 sentimeter. Keberadaan tiang net untuk permainan mini tenis apabila ada akan lebih baik, tetapi apabila tidak tersedia, tiang net untuk bola voli ataupun untuk bulu tangkis dapat dipergunakan.



Gambar 3. Raket Mini Tenis (<http://itftennis.com>)

Raket untuk permainan mini tenis banyak macamnya. Banyak perusahaan yang memproduksi raket mini tenis yang terbuat dari plastik dengan berbagai ukuran yang disesuaikan dengan tingkat usia anak. Kita dapat membuat raket mini tenis dengan biaya lebih murah yang terbuat dari papan triplek.



Gambar 4. Bola mini tenis (<http://itftennis.com>)

Bola yang digunakan dalam mini tenis berukuran lebih kecil dan lebih kempes dari bola tenis standar. Bisa juga menggunakan bola tenis bekas yang sudah gembos sehingga memiliki daya pantul yang lebih lambat.

#### **d. Teknik Dasar Permainan Mini Tenis**

Dalam permainan mini tenis terdiri dari dua tahap, yaitu tahap pengenalan dan tahap permainan. Dalam buku panduan mini tenis yang di susun oleh Asisten Deputi Pengembangan Industri Olahraga, Drs. Achmad Tharmizi dalam Titis (2014:12), dijelaskan tujuan dan sasaran dari masing-masing tahapan sebagai berikut :

##### **a. Tahap Pengenalan**

Tujuan dan sasaran dari tahapan pengenalan adalah :

- 1) Memperkenalkan sedini mungkin olahraga tenis.
- 2) Menumbuhkan serta menanamkan rasa senang dan cinta pada permainan tenis.
- 3) Memperkenalkan sarana dan prasarana tenis.
- 4) Membentuk koordinasi, keseimbangan dan reaksi yang baik seorang siswa.
- 5) Memperkenalkan pukulan-pukulan dasar dari permainan tenis.

Untuk mencapai tujuan dan sasaran tersebut ada beberapa hal yang harus diperhatikan :

- 1) Bentuk latihan harus *fun* (menyenangkan).
- 2) Setelah selesai tahap pengenalan ini, diharapkan tujuan dan sasaran dapat tercapai sehingga dengan sendirinya siswa akan mudah untuk melanjutkan pada tahap selanjutnya yaitu tahap permainan.

Dalam tahap ini ada 4 macam permainan yaitu :

1) Permainan tanpa bola dan raket

Permainan yang dilakukan tanpa menggunakan bola dan raket, permainan ini bertujuan melatih keseimbangan, kecepatan, serta kerjasama peserta didik. Contoh permainannya adalah permainan mengejar tikus (kucing dan tikus).

2) Permainan dengan bola

Permainan dengan menggunakan bola ini bertujuan untuk mengenalkan bola tenis kepada peserta didik, kemudian diaplikasikan ke dalam bentuk permainan yang mengandung unsur keseimbangan. Contoh permainannya adalah balapan eskrim.

3) Permainan dengan raket

Permainan dengan menggunakan raket ini bertujuan untuk mengenalkan raket tenis yang dimodifikasi kepada peserta didik, kemudian raket ini diaplikasikan ke dalam bentuk permainan yang bertujuan melatih kecepatan, reaksi, dan kelincahan peserta didik. Contoh permainannya adalah berebut senjata.

4) Permainan dengan bola dan raket

Permainan dengan menggunakan raket ini bertujuan untuk mengenalkan raket tenis yang dimodifikasi kepada peserta didik, kemudian raket ini diaplikasikan ke dalam bentuk permainan yang bertujuan melatih kecepatan, kelincahan, dan kerjasama peserta didik. Contoh permainannya adalah membawa bakpao.

b. Tahap Permainan

Tujuan dan sasaran dari tahap ini adalah :

- 1) Memberi pengertian dan aturan permainan mini tenis (Tenis).
- 2) Dapat melakukan teknik dasar pukulan tenis.
- 3) Aktif mengikuti perlombaan dan pertandingan mini tenis.

Untuk mencapai tujuan dan sasaran dari tahap ini ada beberapa hal yang perlu diperhatikan :

- 1) Metode pelatihan yang tidak membosankan.
- 2) Bentuk latihan harus tetap *fun game*.
- 3) Bentuk *drill* dalam latihan harus tetap menarik.
- 4) Latihan sudah mengarah pada permainan mini tenis (Tenis).
- 5) Membentuk atau membuat arena permainan/perlombaan dan mengadakan pertandingan dari tingkat kelurahan sampai dengan nasional.

Dengan mengikuti tahap latihan ini diharapkan siswa sekolah dasar dapat menyenangi olahraga tenis dari diri sendiri bukan lagi karena kemauan orang tua, sehingga mereka tidak akan beralih ke cabang olahraga lain.

Dalam tahap permainan ini mulai diajarkan beberapa macam teknik dasar yang meliputi :

1. Teknik dasar pukulan *forehand*

Sebuah pukulan dimana telapak tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan. Pukulan *forehand* ini sangat penting, menurut Jim Brown (2007:31), pukulan ini dapat menjadi senjata simpanan yang bermanfaat bagi pemain dan sedikitnya setengah dari seluruh pukulan tenis adalah pukulan *forehand*.

2. Teknik dasar pukulan *backhand*

Sebuah pukulan di mana punggung tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan. *Backhand* umumnya dianggap lebih sulit untuk dipelajari dan merupakan kelemahan potensial lawan yang dapat dimanfaatkan (Jim Brown, 2007:31).

Pada tahap ini peserta didik diarahkan pada permainan mini tenis yang sesungguhnya. Latihan dimulai dengan menggunakan metode *buddy teaching*. Dimulai dari tahapan yang paling mudah ke tahap yang paling sulit (prinsip *progressing*), (Achmad Tharmizi, 2007:28). Dalam tahap ini peserta didik diajarkan melakukan servis dari bawah lengan, peserta didik melakukan 10 pukulan servis bawah lengan secara berpasangan dengan temannya, dimulai dari dekat net kemudian menjauhi net. Peserta didik yang pertama yang berhasil mencapai garis akhir tanpa salah, itulah yang menjadi pemenang.

## 5. Karakteristik Anak Sekolah Dasar (10-12 tahun)

Karakteristik utama peserta didik sekolah dasar adalah mereka menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak segi dan bidang, di antaranya, perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Menurut Piaget ada lima faktor yang menunjang perkembangan intelektual yaitu kedewasaan (*maturation*), pengalaman fisik (*physical experience*), penyalaman logika matematika (*logical mathematical experience*), transmisi sosial (*social transmission*), dan proses keseimbangan (*equilibrium*) atau proses pengaturan sendiri (*self-regulation*). Nasution (1992) mengatakan bahwa masa kelas tinggi sekolah dasar mempunyai beberapa sifat khas sebagai berikut :

- a. Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang kongkrit.
- b. Amat realistik, ingin tahu dan ingin belajar.
- c. Menjelang akhir masa ini telah ada minat terhadap hal-hal dan mata pelajaran khusus, oleh ahli yang mengikuti teori faktor ditaksirkan sebagai mulai menonjolnya faktor-faktor.
- d. Pada umumnya anak menghadapi tugas-tugasnya dengan bebas dan berusaha menyelesaikan sendiri.
- e. Pada masa ini anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi sekolah.
- f. Anak pada masa ini gemar membentuk kelompok sebaya, biasanya untuk bermain bersama-sama.

Tisnowati (2006: 854) menjelaskan bahwa Karakteristik siswa SD kelas atas yang terdiri dari usia 10 – 12 tahun adalah sebagai berikut:

- a. Segi Fisik  
Mereka mulai menyadari dirinya secara fisik.
  - 1) Pertumbuhan tubuhnya mulai lambat.
  - 2) Waktu reaksinya semakin bagus.
  - 3) Koordinasi menjadi baik.

- 4) Mereka kelihatan kokoh.
  - 5) Pertumbuhan tungkai lebih cepat dari pada badan.
- b. Segi Mental
- 1) Mereka menyenangi bentuk kegiatan yang kompetitif.
  - 2) Lebih tertarik pada permainan dengan bola.
  - 3) Lebih tertarik pada permainan beregu.
  - 4) Mereka sangat memikirkan kelompoknya dan menghargai prestasinya.
  - 5) Sebagian cepat putus asa.
- c. Segi Sosial dan Perasaan
- 1) Rasa sosial dan perasaannya sesuai dengan pertumbuhan fisiknya.
  - 2) Reaktif terhadap komentar dan kata-kata serta mudah terpancing.
  - 3) Sangat kritis pada tindakan orang dewasa.
  - 4) Mereka senang apabila keanggap oleh kelompoknya, bangga dengan prestasinya dan benci pada kegagalan.
  - 5) Kerjasama meningkat terutama pada siswa putra.

Menurut Anak (2013: 29), beberapa karakteristik (sifat) anak-anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar (9/10 tahun sampai 12/13 tahun) seperti dibawah ini:

- a. Adanya minat pada kehidupan praktis sehari-hari yang kongkrit.
- b. Realistis, ingin tahu dan ingin belajar.
- c. Menjelang masa ini telah ada minat terhadap hal-hal dan mata pelajaran khusus.
- d. Sampai kira-kira anak berusia 11 tahun anak berusaha menyelesaikan tugasnya sendiri.
- e. Pada masa ini anak memandang nilai/angka rapot sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasinya di sekolah.
- f. Anak-anak pada masa ini cenderung membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama.
- g. Dan mereka tidak lagi terikat pada aturan permainan yang tradisional, tapi mereka cenderung membuat peraturan sendiri.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian terdahulu yang pernah dilakukan orang lain yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan acuan peneliti serta dapat dimanfaatkan sebagai penguat kajian teori yang telah ada. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini

antara lain :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Teguh Hartanto mengenai “Identifikasi Faktor-Faktor yang Mendorong Anak (Usia 6-12 th) Memilih Olahraga Tenis Lapangan di Perkumpulan atau Klub Tenis Se-Daerah Istimewa Yogyakarta.” Metode yang digunakan adalah survei dan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Selanjutnya skor yang diperoleh kemudian di analisis menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk prosentase. Berdasarkan hasil penelitian di atas maka dapat diidentifikasi bahwa faktor yang mendorong anak usia 6-12 th adalah faktor *intern* meliputi minat dan harapan tertentu dan faktor *ekstern* meliputi lingkungan, sarana dan prasarana, keluarga, pelatih, dan ekonomi.
2. Penelitian yang dilakukan Willy Ihsan Rizkyanto mengenai “Tingkat Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Tenis Lapangan “Siswa Sekolah Tenis Selabora” FIK UNY.” Mendapatkan hasil penelitian bahwa tingkat kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* tenis lapangan “Siswa Sekolah Tenis Selabora” FIK UNY masuk dalam kategori sedang. Dengan perincian, kategori baik sekali 2 siswa (9,52%), kategori baik 3 siswa (14,29%), kategori sedang 9 siswa (42,86%), kategori kurang, 6 siswa (28,57%), kategori rendah 1 siswa (4,7%).
3. Penelitian yang dilakukan Titis Mutmainah mengenai “Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Mini Tenis Peserta Didik Kelas V SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif eksploratif dengan menggunakan metode survei. Teknik pengumpulan



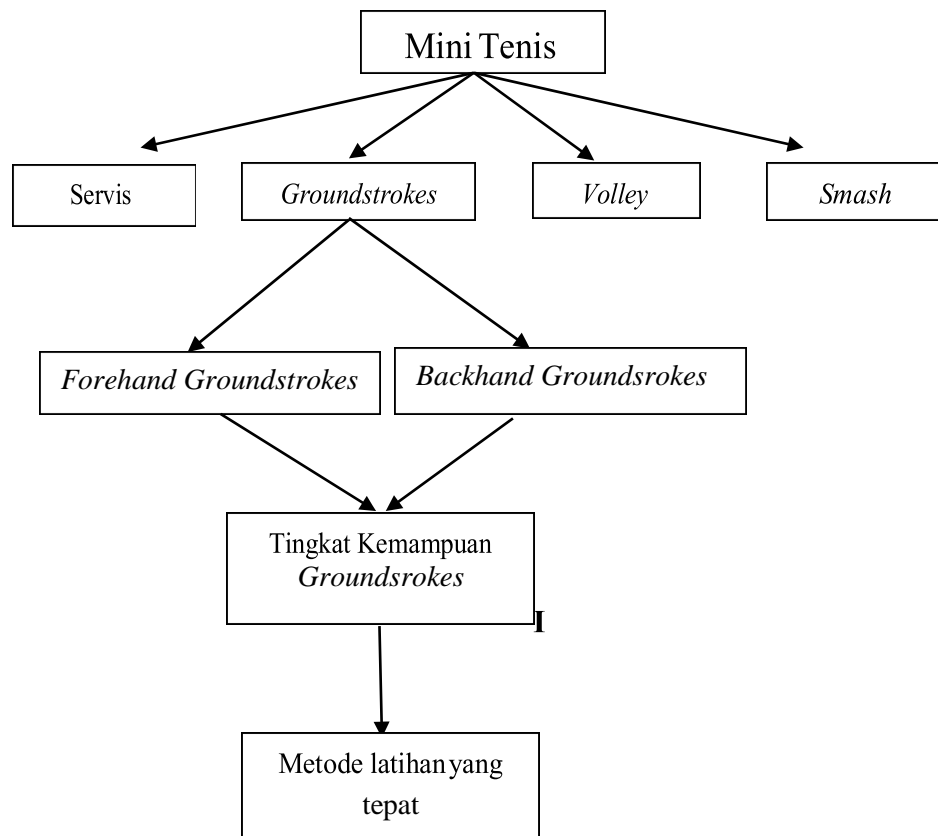
datanya menggunakan teknik tes dan pengukuran. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VB SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, DIY sebanyak 29 Peserta didik. Hasil penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut : terdapat 1 peserta didik dengan persentase 3,45% masuk dalam kategori sangat baik, 9 peserta didik dengan persentase 31,03% masuk dalam kategori baik, 10 peserta didik dengan persentase 34,48% masuk dalam kategori sedang, 8 peserta didik dengan persentase 27,59% masuk dalam kategori kurang, dan 1 peserta didik dengan persentase 3,45% masuk dalam kategori kurang sekali. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan dasar bermain tenis mini tenis peserta didik kelas V SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, DIY berkategori sedang.

### **C. Kerangka Berpikir**

Berdasarkan uraian dari kajian teori di atas timbul pemikiran bahwa kemampuan dasar dalam bermain mini tenis sangat menentukan keterampilan peserta didik dalam bermain mini tenis maupun tenis yang sesungguhnya. Dalam permainan mini tenis, teknik dasar merupakan faktor penting disamping faktor fisik, taktik, dan mental seorang pemain. Kemampuan penguasaan teknik dasar sangat penting dan harus dimiliki setiap pemain karena dengan menguasai teknik dasar tersebut, maka seseorang akan dapat bermain mini tenis dengan baik. Adapun teknik dasar mini tenis terdiri atas : pukulan *forehand* dan pukulan *backhand*.

Dalam setiap cabang olahraga yang menggunakan raket akan menghadapi *rally*, termasuk mini tenis. *Rally* akan berlangsung lama jika pemain menguasai teknik dasar pukulan *forehand* dan pukulan *backhand*. Hal ini menunjukkan bahwa pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* merupakan teknik dasar yang sangat penting karena 78% di dalam permainan mini tenis menggunakan pukulan *forehand* dan pukulan *backhand*.

Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana tingkat kemampuan dasar bermain mini tenis siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman. Tes kemampuan dasar mini tenis diukur dengan tes keterampilan mini tenis yang terdiri atas : pukulan *forehand*, pukulan *backhand* yang memprediksi kemampuan dasar bermain mini tenis siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.



Gambar 5. Bagan alur kerangka berpikir variabel penelitian

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Desain Penelitian**

Metode penelitian deskriptif dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang. Sugiyono (2007:208), menyatakan bahwa penelitian deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang berupaya mengukur kemampuan dasar peserta didik untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

##### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

###### **1. Variabel**

Menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 91) variabel adalah objek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional tentang variabel penelitian ini, variabel yang digunakan dalam penelitian ini hanya ada satu variabel yaitu variabel bebas. Variabel dalam penelitian ini, yaitu :

- a. Tingkat kemampuan teknik dasar *forehand groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.
- b. Tingkat kemampuan teknik dasar *backhand groundstroke* mini tenis siswa putra

dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

Untuk mengetahui tentang tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman yang dilakukan dengan tes tenis *Dyer*, yaitu dengan melakukan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* kearah tembok selama 30 detik sebanyak 3 kali kesempatan.

### **C. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Suharsimi Arikunto (2006:130) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Populasi dibatasi dengan jumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Berdasarkan uraian tersebut maka populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

#### **2. Sampel**

Sampel dalam penelitian ini diambil secara *random sampling*/sampel acak, yaitu siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, sebanyak 30 peserta didik.

### **D. Waktu dan Tempat Penelitian**

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan pada hari Rabu, 6 Agustus 2018 di Lapangan Tenis *Indoor* Sinduadi, Kutu Dukuh, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman pada pukul 14.00-16.00 WIB.

## **E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

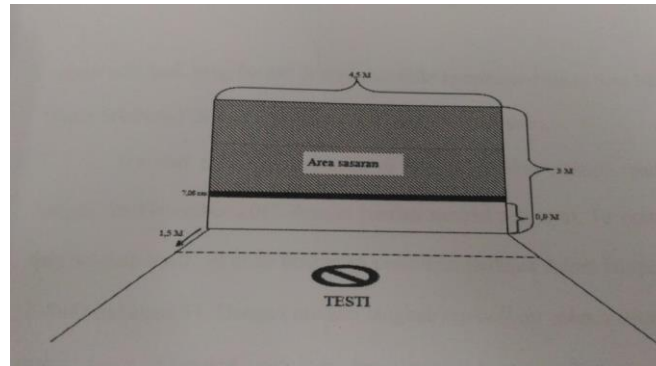
Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan untuk mengumpulkan data (Suharsimi Arikunto, 2006: 219). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang berperan sebagai *human instrument*. Seperti yang dikemukakan oleh Sugiyono (2013: 306), peneliti kualitatif sebagai *human instrument*, berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya.

Untuk mengukur tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand* digunakan instrumen yang dapat mengukur tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* tersebut. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan *forehand* dan *backhand* digunakan tes dengan tes tenis *Dyer*. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila instrumen tersebut mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya dan sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya.

Perlengkapan yang dibutuhkan dalam melakukan *Dyer Tennis Test* ini antara

lain :

- a. Raket tenis.
- b. Satu lusin bola.
- c. *Stopwatch*.
- d. Isolasi.
- e. Pensil.
- f. Blangko untuk mencatat skor tes.



Gambar 6. Lapangan *Dyer Tennis Test* (Ngatman, 2001: 33)

Arena test: Tembok/ papan yang permukaannya rata, lebar 15 *feet* (4,5 meter), tinggi 10 *feet* (3 meter), dalam ruangan bebas didepannya. Pada permukaan tembok dibuat garis sejajar dengan lantai, lebar garis net 3 *inchies* (7,62 cm) dengan bagian tepi berjarak 3 *feet* (90 cm) dari lantai. Sebuah garis batas pukulan berjarak 5 *feet* (1,5 meter) dari dan sejajar tembok. Tes Dyer ini adalah tes dengan testi berdiri dibelakang garis batas pukulan yang telah ditentukan, memegang raket dan dua buah bola. Setelah aba-aba pelaksanaan diberikan, testi memantulkan sebuah bola ke lantai kemudian memukulnya ke arah sasaran tembok. Bola yang memantul dari tembok dipukul kembali ke arah daerah sasaran, demikian dilakukan berulang-ulang selama 30 detik dan dicatat waktu menggunakan *stopwatch* yang sudah dikalibrasi dimana

hasil kalibrasi *stopwatch* digital layak untuk digunakan dan tingkat kesalahannya sangat kecil. Untuk mempertahankan agar dapat memukul bola, testi dapat melangkah maju, mundur dan bergeser samping kanan, kiri sesuai dengan arah datangnya bola. Bola memantul 2 (dua) kali dan jatuh di dalam garis bawah tidak dihitung (tidak diskor). Kalau bola tidak dapat dikuasai, testi boleh mempergunakan bola cadangan yang disediakan di samping kanan atau kiri arena. Penggunaan bola cadangan selama tes tidak dibatasi selama waktunya masih ada. Kesempatan melakukan tes ini yaitu 3 kali, setiap kali selama 30 detik.

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber, dan berbagai cara (Sugiyono, 2006: 308).

Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

### a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data.

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang dilakukan adalah penyiapan alat-alat, penyiapan bahan, penyiapan pelaku eksperimen.



b. Pelaksanaan tes

Dalam tahap pelaksanaan tes dalam penelitian ini siswa melakukan tes kemampuan pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* berdiri dibelakang garis batas pukulan memegang raket dan dua buah bola. Setelah aba-aba pelaksanaan diberikan, testi memantulkan sebuah bola ke lantai kemudian memukulnya ke arah tembok diarahkan ke daerah sasaran diatas garis net. Bola yang memantul dari tembok dipukul kembali ke daerah sasaran, demikian dilakukan berulang-ulang selama 30 detik. Untuk mempertahankan agar selalu dapat memukul bola, testi boleh melangkah maju melampaui garis batas pukulan dan diperbolehkan melakukan pukulan voli. Bola yang dipukul dari depan garis batas pukulan tidak dihitung (tidak diskor). Kalau bola tidak dapat dikuasai, testi boleh mempergunakan bola cadangan yang disediakan disamping kanan atau kiri arena. Penggunaan bola selama tes tidak dibatasi. Dalam menggunakan bola baru harus dilakukan seperti waktu mulai tes.

c. Pengukuran tes

Dalam proses pengukuran ini setiap bola yang dipukul dari belakang garis batas pukulan dan masuk ke daerah sasaran atau mengenai garis net diberi skor satu, dan diberikan tiga kali kesempatan, setiap kali selama 30 detik.

d. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengambilan data, dimana data dalam pengukuran dicatat sistematis menggunakan formulir penelitian yang sistematis guna mendapatkan data yang valid dari obyek peneliti.

## F. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, sebelum data disusun kedalam norma, kategori terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat. Salah satu uji prasyarat dalam penelitian deskriptif kuantitatif adalah uji normalitas data dan uji linearitas data. Uji normalitas data dilakukan dengan *chi* kuadrat dengan rumus sebagai berikut :

$$X^2 = \sum \frac{(f_o - f_h)^2}{f_h}$$

Keterangan :

$X^2$  = Nilai chi-kuadrat

$f_o$  = Frekuensi data yang diperoleh

$f_h$  = Frekuensi yang diharapkan

Kriteria pengujian uji normalitas adalah jika chi-kuadrat  $X^2$  hasil perhitungan lebih kecil dari nilai chi-kuadrat  $X^2$  pada tabel dengan taraf signifikansi 0.05 dan derajat kebebasan (dk) sebesar jumlah kelas yang dikurangi satu ( $db = dk - 1$ ) maka data penelitian dikatakan berdistribusi normal. Dan sebaliknya jika nilai chi-kuadrat  $X^2$  perhitungan lebih besar dari chi kuadrat  $X^2$  tabel berarti distribusi datanya menyimpang dari distribusi normal.

Setelah uji normalitas data dilakukan, selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan dihitung rerata (*mean*) dan *standart deviasi* terlebih dahulu, untuk kemudian dimasukkan kedalam 5 norma penilaian.

Adapun norma penilaian yang dipergunakan dalam penelitian ini menurut Anas Sudijono (2006:175), sebagai berikut :

Tabel 1. Skala Kategori

Batasan Norma	Kategori
$\geq X + 1,5 \text{ SD}$	Baik sekali
$X + 0,5 \text{ SD s. d } X + 1,5 \text{ SD}$	Baik
$X - 0,5 \text{ SD s. d } X + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
$X - 1,5 \text{ SD s. d } X - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
$\leq X - 1,5 \text{ SD}$	Kurang sekali

Keterangan :

$X$  = Rerata (*mean*)

$SD$  = *Standart Deviasi*

Hasil perhitungan dalam tabel distribusi frekuensi kemudian dikonversikan ke dalam presentase menurut Anas Sudijono (2006:177), dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

$P$  = Angka persentase yang dicari

$F$  = Frekuensi

$N$  = Jumlah subjek

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Untuk mengetahui tingkat kemampuan dasar bermain mini tenis siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta dilakukan melalui tes keterampilan tenis, yaitu *Dyer Tennis Test* yang terdiri atas tes kemampuan teknik dasar *forehand* dan pukulan *backhand*. Hasil penelitian tingkat kemampuan dasar mini tenis siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta telah dihitung dan dikategorikan dalam 5 batasan norma yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Untuk memudahkan dalam menganalisis dan mendiskripsikan data penelitian, maka diperlukan adanya ringkasan hasil perhitungan.

Adapun ringkasan hasil perhitungan yang dimaksud dapat dilihat pada tabel berikut ini :

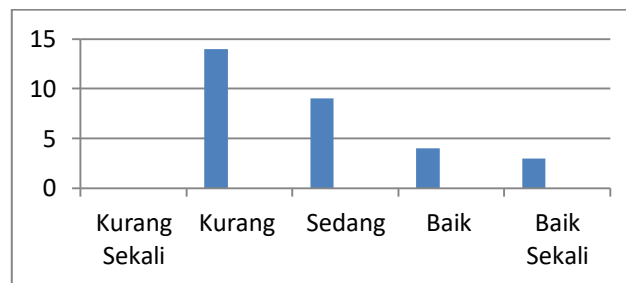
##### 1. Pukulan *forehand* dan *backhand* (Siswa putra dan putri kelas atas)

Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *forehand* di peroleh *mean* = 5,9 dan *standart deviasi* = 1,6. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand* dan *backhand* siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 8,30$	Baik sekali	3	10 %
6,71 – 8,29	Baik	4	13 %
5,11 – 6,70	Sedang	9	30 %
3,51 – 5,10	Kurang	14	47 %
$\leq 3,50$	Kurang sekali	0	0 %
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 7. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan forehand dan backhand siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Dari tabel dan gambar diatas menunjukkan bahwa dari 30 siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand*, terdapat 3 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori baik sekali (10%), 4 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori baik (13%), 9 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori sedang (30%), 14 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang (47%), dan tidak ada siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang sekali (0%).

## 2. Pukulan *forehand* (siswa putra dan putri kelas atas)

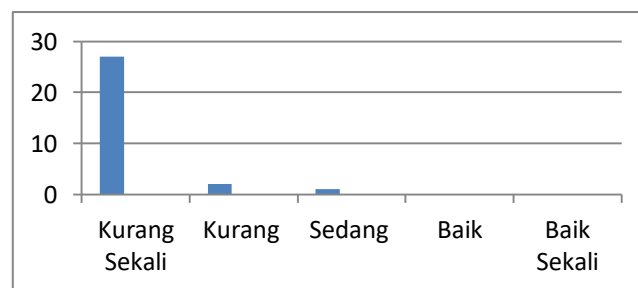
Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *forehand* di peroleh *mean* = 12,1 dan *standart deviasi* = 2,2. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand* siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 15,40$	Baik sekali	0	0 %
13,21 – 15,39	Baik	0	0 %
11,01 – 13,20	Sedang	1	3 %
8,81 – 11,00	Kurang	2	7 %
$\leq 8,80$	Kurang sekali	27	90 %
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di

bawah ini :



**Gambar 8. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand* siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Dari tabel dan gambar diatas menunjukkan bahwa dari 30 siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand*, tidak ada siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori

baik sekali (0%), tidak ada siswa putra dan putri kelas atas (0%) dengan kategori baik, 1 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori sedang (3%), 2 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang (7%), dan 27 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang sekali (90%).

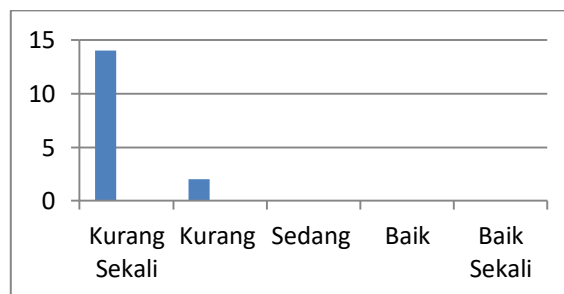
### 3. Pukulan *forehand* (Siswa putra kelas atas)

Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *forehand* di peroleh *mean* = 13,8 dan *standart deviasi* = 2,3. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand* siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 17,25$	Baik sekali	0	0 %
14,96 – 17,24	Baik	0	0 %
12,66 – 14,95	Sedang	0	0 %
10,36 – 12,65	Kurang	2	12 %
$\leq 10,35$	Kurang sekali	14	88 %
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 9. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan Forehand siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1

Dari tabel dan gambar menunjukkan bahwa dari 16 siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar mini tenis pukulan *forehand*, tidak ada siswa mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswa mendapatkan kategori baik (0%), tidak ada siswa mendapatkan kategori sedang (0%), 2 siswa mendapatkan kategori kurang (12%), dan 14 siswa mendapatkan kategori kurang sekali (88%).

#### 4. Pukulan *forehand* (siswa putri kelas atas)

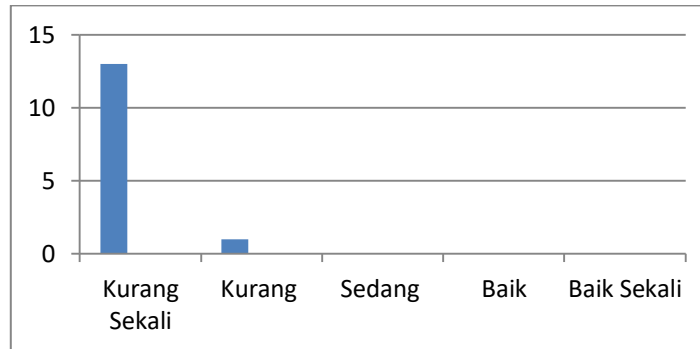
Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *forehand* di peroleh *mean* = 9,3 dan *standart deviasi* = 1,3. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *forehand* siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 11,25$	Baik sekali	0	0 %
9,96 – 11,24	Baik	0	0 %
8,66 – 9,95	Sedang	0	0 %
7,36 – 8,65	Kurang	1	7 %
$\leq 7,35$	Kurang sekali	13	93 %
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :





Gambar 10. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan forehand siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1

Dari tabel dan gambar menunjukkan bahwa dari 14 siswi kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar mini tenis pukulan *forehand*, tidak ada siswi mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswi (0%) mendapatkan kategori baik (0%), tidak ada siswi mendapatkan kategori sedang (0%), 1 siswi mendapatkan kategori kurang (7%), dan 13 siswi mendapatkan kategori kurang sekali (93%).

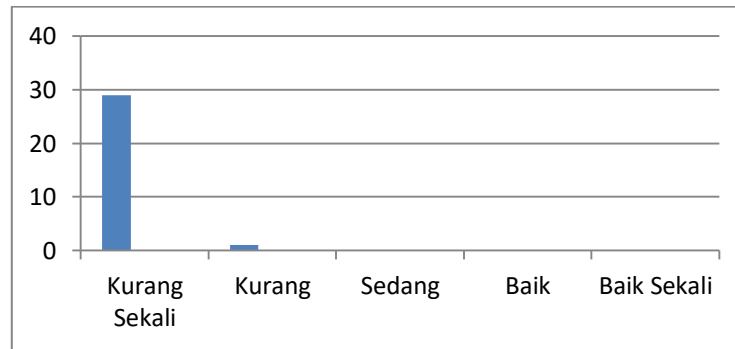
##### 5. Pukulan *backhand* (Siswa putra dan putri kelas atas)

Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *backhand* di peroleh *mean* = 10,7, *standart deviasi* = 1,3. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *backhand* siswa putra dan putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 12,65$	Baik sekali	0	0 %
11,36 – 12,64	Baik	0	0 %
10,06 – 11,35	Sedang	0	0 %
8,76 – 10,05	Kurang	1	3 %
$\leq 8,75$	Kurang sekali	29	97 %
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 11. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan Backhand siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD N Sinduadi 1

Dari tabel dan gambar menunjukkan bahwa dari 30 siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar mini tenis pukulan *backhand*, tidak ada siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori baik (0%), tidak ada siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori sedang (0%), 1 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang (3%), dan 29 siswa putra dan putri kelas atas mendapatkan kategori kurang sekali (97%).

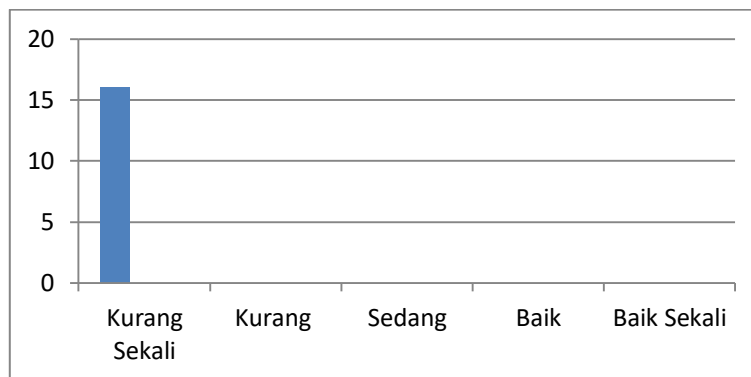
#### 6. Pukulan *backhand* (siswa putra kelas atas)

Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *backhand* di peroleh *mean* = 11,5 dan *standart deviasi* = 1,4. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *backhand* siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 13,60$	Baik sekali	0	0 %
12,21 – 13,59	Baik	0	0 %
10,81 – 12,20	Sedang	0	0 %
9,41 – 10,80	Kurang	0	0 %
$\leq 9,40$	Kurang sekali	16	100 %
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



**Gambar 12. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan Backhand siswa putra kelas atas SD N Sinduadi 1**

Dari tabel dan gambar diatas menunjukkan bahwa dari 16 siswa putra dan putri SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar mini tenis pukulan *backhand* tidak ada siswa putra mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak siswa putra mendapatkan kategori baik (0%), tidak ada siswa putra mendapatkan kategori sedang (0%), tidak ada siswa putra mendapatkan kategori kurang (0%), dan 16 siswa putra mendapatkan kategori kurang sekali (100%).

7. Pukulan *backhand* (siswa putri kelas atas)

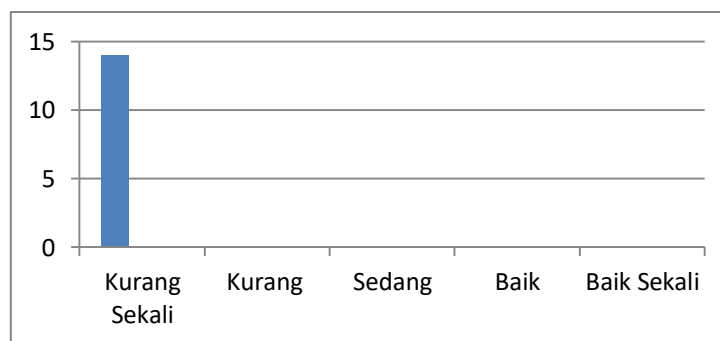
Hasil penelitian tes kemampuan dasar pukulan *backhand* di peroleh *mean* = 9,2 dan *standart deviasi* = 1. Adapun data hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan dasar mini tenis pukulan *backhand* siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 10,70$	Baik sekali	0	0 %
9,71 – 10,69	Baik	0	0 %
8,71 – 9,70	Sedang	0	0 %
7,71 – 8,70	Kurang	0	0 %
$\leq 8,70$	Kurang sekali	14	100 %
<b>Jumlah</b>		<b>14</b>	<b>100 %</b>

Adapun penyajian dalam bentuk histogram dapat dilihat pada gambar di

bawah ini :



**Gambar 13. Diagram kemampuan dasar mini tenis pukulan Backhand Siswa putri kelas atas SD N Sinduadi 1**

Dari tabel dan gambar diatas menunjukkan bahwa dari 14 siswi kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes kemampuan teknik dasar mini tenis pukulan *backhand* tidak ada siswa putri mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak terdapat siswia putri mendapatkan

kategori baik (0%) serta tidak ada siswa putri mendapatkan kategori sedang (0%), tidak ada siswa putri mendapatkan kategori kurang (0%), dan 14 siswa putri mendapatkan kategori kurang sekali (100%).

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan keterampilan dasar pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* terhadap 30 siswa putra dan putri kelas atas menunjukkan kategori kurang. Dari uraian kategori tersebut diperoleh hasil bahwa penguasaan teknik dasar *forehand* 16 siswa sedikit lebih baik dibandingkan penguasaan teknik dasar 14 *forehand* siswi. Sedangkan pada pukulan *backhand*, baik siswa maupun siswi diperoleh hasil yang sama, yakni dalam kategori kurang sekali. Namun secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dasar *forehand* dan *backhand* 30 siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta berkategori kurang dengan prosentase 47%.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa putra dan putri kelas atas masih banyak yang belum menguasai teknik dasar bermain mini tenis dengan baik. Hal ini dikarenakan pengenalan olahraga mini tenis dan pelatihan yang diberikan masih belum maksimal. Olahraga mini tenis dikenalkan kepada guru penjasorkes dan siswa putra dan putri kelas atas di Kecamatan Mlati melalui pelatihan mini tenis yang harapannya agar di sosialisasikan kepada siswa putra dan putri kelas atas yang lainnya di sekolah masing-masing. Namun pensosialisasian olahraga mini tenis ini belum maksimal, guru penjaorkes belum memberikan materi olahraga mini tenis

secara maksimal.

Pelatihan mini tenis pernah diberikan oleh guru penjasorkes dan mahasiswa PPL UNY 2013 melalui kegiatan ekstrakurikuler mini tenis bagi siswa putra dan putri kelas atas kelas IV, V, dan VI. Dari data yang diperoleh dari presensi kehadiran siswa putra dan putri kelas atas yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, siswa putra dan putri kelas atas kelas V yang berpartisipasi hanya sedikit. Hal ini menunjukkan minat dan bakat siswa putra dan putri kelas atas terhadap olahraga mini tenis masih kurang. Sehingga pelatihan mini tenis hanya dapat diberikan kepada siswa putra dan putri kelas atas yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler saja. Padahal keterlatihan siswa putra dan putri kelas atas akan sangat mempengaruhi keterampilan dalam bermain mini tenis yang dikarenakan dengan latihan diharapkan mampu meningkatkan koordinasi gerak yang baik dan menunjang anak untuk dapat mempunyai keterampilan dasar yang baik pula. Menurut Djoko Pekik (2004: 14) dalam melakukan latihan sebaiknya frekuensi latihan dilaksanakan paling sedikit tiga kali dalam seminggu, baik untuk olahraga kesehatan maupun olahraga prestasi. Untuk meningkatkan kebugaran perlu latihan 3-5 kali dalam seminggu. Selaras dengan Dreger yang dikutip Suharjana (2007: 47) latihan akan terlihat pengaruhnya setelah dilakukan selama 8 minggu. Kutipan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman kategorinya kurang. Hal ini

disebabkan oleh kurangnya frekuensi latihan yang seharusnya minimal 3 kali dalam seminggu, tetapi yang terjadi hanya sekali dalam seminggu saja.

Selain dari faktor diatas, faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kemampuan dasar bermain mini tenis siswa putra dan putri kelas atas yaitu proses pembelajaran dan ketersediaan alat. Proses pembelajaran menjadi sarana latihan siswa putra dan putri kelas atas dalam meningkatkan keterampilan dasar dalam bermain mini tenis. Dalam proses pembelajaran seorang guru sangat penting perannya untuk memberikan pembelajaran (latihan) dengan metode yang baik dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan mini tenis siswa putra dan putri kelas atas. Faktor ketersediaan alat juga mempengaruhi kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* mini tenis siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman.

Dari hal-hal diatas dapat disimpulkan tingkat kemampuan teknik dasar *Forehand* dan *Backhand* siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta masuk ke dalam kategori kurang, hal ini dikarenakan kurangnya minat dan bakat pada siswa putra dan putri kelas atas, intensitas dan frekuensi latihan yang kurang, keterbatasan alat dan proses pembelajaran mini tenis yang diterapkan kurang maksimal untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* mini tenis.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan seksama, tetapi terdapat keterbatasan dan kelemahan, antara lain :

1. Ada beberapa siswa yang tidak maksimal dalam melaksanakan tes sehingga hasilnya ada yang kurang maksimal.
2. Peneliti tidak mengontrol lebih lanjut setelah penelitian selesai, sehingga hasilnya dapat bersifat sementara, perlu adanya latihan yang rutin dilakukan.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas bahwa dari 30 siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta yang mengikuti tes keterampilan dasar *forehand* dan *backhand*, terdapat 3 siswa putra dan putri kelas atas (10%) kategori sangat baik, 4 siswa putra dan putri kelas atas (13%) kategori baik, 9 siswa putra dan putri kelas atas (30%) kategori sedang, 14 siswa putra dan putri kelas atas (47%) kategori kurang, dan tidak ada siswa putra dan putri kelas atas (0%) kategori kurang sekali. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* siswa putra dan putri kelas atas kelas atas SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta termasuk dalam kategori kurang.

#### **B. Saran**

1. Bagi peneliti berikutnya, agar dapat dilakukan penelitian terhadap teknik dasar *forehand* dan *backhand* groundstroke dalam bermain tenis dengan mengganti ataupun dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.
2. Bagi guru penjasorkes dan mahasiswa FIK UNY yang notabene sebagai calon guru penjasorkes hendaknya dapat menambahkan materi mini tenis di saat proses

pembelajaran pendidikan jasmani yang mengacu pada standar kompetensi permainan bola kecil.

3. Bagi guru juga harus memahami karakteristik siswa sehingga dapat memberikan perlakuan yang tepat kepada setiap anak yang memiliki karakteristik masing-masing, sehingga guru mengerti kesalahan yang perlu diperbaiki anak dalam melakukan permainan mini tenis.
4. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi penulis, siswa putra dan putri kelas atas, guru penjasorkes, mahasiswa FIK UNY, dan pembina olahraga khususnya olahraga mini tenis untuk mengembangkan dan memajukan olahraga mini tenis di Indonesia.

### **C. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini berimplikasi pada :

1. Menjadi catatan yang bermanfaat bagi pengajar sebagai bahan kajian untuk lebih memahami pentingnya mengenalkan olahraga mini tenis sejak dini dan pentingnya penguasaan teknik pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* dalam permainan mini tenis.
2. Menjadi bahan evaluasi bagi guru penjasorkes bahwa dalam rangka meningkatkan kemampuan kemampuan dasar bermain mini tenis diperlukan adanya latihan yang efektif dan kontinyu serta metode yang tepat agar tercapai tujuan yang diinginkan.
3. Sebagai kajian ilmiah untuk pengembangan ilmu keolahragaan ke depannya.


## DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah dkk. (1981). *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: PT. Sastra Budaya.
- Adiputra, Anak Agung Ngurah. (2013). *Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alim, Abdul. (2009). Permainan Mini Tennis Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan DI Siswa Sekolah Dasar. Di Ambil Dari: [journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/434/pd](http://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/434/pd). (6 Agustus 2018).
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Brown, Jim. (2007). *Tennis Steps to Success (Tenis Tingkat Pemula)*. Penerjemah: Dian Ruslaini. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Hamalik, Oemar. (2007). *Manajemen Pengembangan Kurikulum*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Intania Putri, Puji Utami, Sari Kusumaya, Imran Arifin hasan, Ratna, Dedi Syafudin. (2016). *Ensiklopedi Mini Olahraga*. Jakarta: Rexa Pustaka.
- Irianto, Djoko Pekik. (2004). *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta. Andi Offset.
- Ismiawan, Ricky. 2014. Pengaruh Pendekatan Bermain Tennis Terhadap Hasil Belajar Tennis Lapangan. Diambil dari: [http://repository.upi.edu/14745/2/S\\_POR\\_1006496\\_Abstract.pdf](http://repository.upi.edu/14745/2/S_POR_1006496_Abstract.pdf). (16 Agustus 2018)
- Jones, C. M. Dan Angela Buxton. (2006). *Belajar Tennis Untuk Pemula*. Bandung: Pionir Jaya.
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran "Diktat"*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Prabowo, Firman Dwi. (2017). *Survei Tingkat Kemampuan Groundstrokes Permainan Mini Tennis Dalam Penjas Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Ambartawang 2 Kabupaten Magelang*. Skripsi. Yogyakarta : FIK UNY.
- Riskyanto, Willy Ihsan. (2010) *Tingkat Kemampuan Forehand Groundstrokes dan Backhand Groundstrokes Tennis lapangan "Siswa Sekolah Tennis Selabora"* FIK UNY. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

- Robbin.(2007). *Kemampuan Dasar Manusia*. Jakarta: Angkasa.
- Shraff, Robert. (1985). *Bimbingan Main Tennis Cepat dan Mudah*. Penerjemah: Almatsier, A. M. Jakarta: Mutiara Sumber Widya.
- Sleap, Mike. (1984). *Mini Sport*. England: Heinemann Educational Books.
- Sudijono, Anas. (2006). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2006). Statistika untuk penelitian. Bandung: CV: Alfabeta.
- Sugiyono. (2007). Statistika untuk Penelitian. Bandung. CV: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2007). Latihan Beban. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka.(2005). *Teori bermain*. Jakarta: Depdikbud.
- Suyadi dan Dahlia. (2015). Implementasi dan Inovasi Kurikulum Paud 2013. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Tharmizi, Achmad. (2007). *Panduan Mini Tennis*. Jakarta: Alfabeta.
- Tisnowati. (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: UT.
- Titis Mutmainah. (2014). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Mini Tennis Siswa putra dan putri kelas atas Kelas V SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman DIY. Skripsi: UNY.
- \_\_\_\_\_ (2018). *Persatuan Tennis Indonesia*. Diakses dari <http://www.pelti.or.id/?menuId=7&subMenuId=2>. pada tanggal 27 Juli 2018, jam 15.00 WIB.
- \_\_\_\_\_ (2018). *Karakteristik siswa usia sekolah Dasar*. Diakses dari <http://evie4210.blogspot.com/> . pada tanggal 27 Juli 2018, jam 15.32 WIB.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat izin penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 864650, Faksimile (0274) 864650  
Website: www.slemankab.go.id, E-mail : kesbang.sleman@yahoo.com

---

**SURAT IZIN**  
Nomor : 070 / Kesbangpol / 2812 / 2018  
**TENTANG PENELITIAN**

**KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 32 Tahun 2017 Tentang Izin Penelitian, Izin Praktik Kerja Lapangan, Dan Izin Kuliah Kerja Nyata.  
Menunjuk : Surat dari Dekan FIK UNY  
Nomo : 07.36/UN34.16/PP/2018  
Hal : Ijin Penelitian

Tanggal : 30 Juli 2018

**MENGIZINKAN :**

Kepada :  
Nama : ZULFIKAR FADHILLAH  
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 14601244004  
Program/Tingkat : S1  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta  
Alamat Rumah : Manggar Balikpapan Timur Kaltim  
No. Telp / HP : 087739335562  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul  
**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR FOREKAND DAN BACKHAND  
MINI TENIS SISWA KELAS ATAS SD NEGERI SINDUADI I KECAMATAN  
MLATI KABUPATEN SLEMAN**  
Lokasi : SD N Sinduadi I

Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 02 Agustus 2018 s/d 01 Nopember 2018

**Dengan ketentuan sebagai berikut :**

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Sleman.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.


Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Mlati
4. Kepala Sekolah SD N Sinduadi I
5. Kaprodi PJKR
6. Pembimbing Tas
7. Yang Bersangkutan

Dikeluarkan di Sleman  
Pada Tanggal : 2 Agustus 2018  
a.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

  
Drs. Ahmad Yuno Nurkaryadi, M.M  
Pembina Tingkat I, IV/b  
NIP 19621002 198603 1 010

Lampiran 2. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa putra dan putri kelas atas

DATA PEROLEHAN TES KEMAMPUAN DASAR BERMAIN MINI TENIS SISWA-SISWI SD NEGERI SINDUADI I											
KECAMATAN MLATI, KABUPATEN SLEMAN ( <i>Dyer Tennis Test</i> )											
No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)	Rata-rata Keseluruhan (X)
			I	II			I	II			
1	SNM	P	4	6	10	5	4	5	9	4.5	4.75
2	ALI	P	5	4	9	4.5	5	3	8	4	4.25
3	APM	P	7	4	11	5.5	3	4	7	3.5	4.5
4	AF	L	8	6	14	7	5	6	11	5.5	6.25
5	CDA	P	4	3	7	3.5	6	4	10	5	4.25
6	CA	P	7	6	13	6.5	8	5	13	6.5	6.5
7	JRK	L	7	7	14	7	5	6	11	5.5	6.25
8	KD	L	3	4	7	3.5	7	5	12	6	4.75
9	KAP	P	5	3	8	4	6	3	9	4.5	4.25
10	MAF	L	4	4	8	4	7	5	12	6	5
11	MNUA	L	8	6	14	7	4	6	10	5	6
12	MRA	L	5	6	11	5.5	6	5	11	5.5	5.5
13	PWH	L	7	7	14	7	7	5	12	6	6.5
14	RAS	P	5	5	10	5	3	5	8	4	4.5
15	VBJ	P	4	7	11	5.5	4	4	8	4	4.75
16	GNCN	P	5	3	8	4	5	4	9	4.5	4.25
17	ANP	P	6	7	13	6.5	6	7	13	6.5	6.5
18	ASPN	P	4	3	7	3.5	5	6	11	5.5	4.5
19	ANA	L	8	7	15	7.5	8	7	15	7.5	7.5
20	DWS	L	9	8	17	8.5	5	7	12	6	7.25
21	KTP	L	8	7	15	7.5	6	3	9	4.5	6
22	MCI	L	8	7	15	7.5	7	3	10	5	6.25
23	MNI	L	6	3	9	4.5	4	4	8	4	4.25
24	NAB	P	5	4	9	4.5	5	4	9	4.5	4.5
25	RSWR	P	4	4	8	4	7	5	12	6	5
26	RNR	L	12	9	21	10.5	6	7	13	6.5	8.5
27	SEP	L	10	7	17	8.5	5	9	14	7	7.75
28	SNNR	L	8	11	19	9.5	9	8	17	8.5	9
29	ZLAW	P	8	8	16	8	7	5	12	6	7
30	TAA	L	12	13	25	12.5	8	10	18	9	10.75
Jumlah					375	187.5			333	166.5	177
Rata-rata (X)					24.19355	12.09677419			21.48387	10.74193548	5.9
Standar Deviasi					4.470208	2.235103947			2.643796	1.3218978	1.635542723

Lampiran 3. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa putra

DATA PEROLEHAN TES KEMAMPUAN DASAR BERMAIN MINI TENIS SISWA SD NEGERI SINDUADI 1										
KECAMATAN MLATI, KABUPATEN SLEMAN ( <i>Dyer Tennis Test</i> )										
No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)
			I	II			I	II		
1	AF	L	8	6	14	7	5	6	11	5.5
2	JRK	L	7	7	14	7	5	6	11	5.5
3	KD	L	3	4	7	3.5	7	5	12	6
4	MAF	L	4	4	8	4	7	5	12	6
5	MNUA	L	8	6	14	7	4	6	10	5
6	MRA	L	5	6	11	5.5	6	5	11	5.5
7	PWH	L	7	7	14	7	7	5	12	6
8	ANA	L	8	7	15	7.5	8	7	15	7.5
9	DWS	L	9	8	17	8.5	5	7	12	6
10	KTP	L	8	7	15	7.5	6	3	9	4.5
11	MCI	L	8	7	15	7.5	7	3	10	5
12	MNI	L	6	3	9	4.5	4	4	8	4
13	RNR	L	12	9	21	10.5	6	7	13	6.5
14	SEP	L	10	7	17	8.5	5	9	14	7
15	SNNR	L	8	11	19	9.5	9	8	17	8.5
16	TAA	L	12	13	25	12.5	8	10	18	9
Jumlah					235	117.5			195	97.5
Rata-rata (X)					27.64706	13.82352941			22.94118	11.47058824
Standar Deviasi					4.672169	2.336084687			2.713393	1.356696355



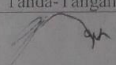

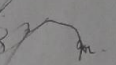
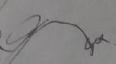
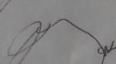

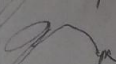
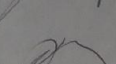
Lampiran 4. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa putri

DATA PEROLEHAN TES KEMAMPUAN DASAR BERMAIN MINI TENIS SISWI SD NEGERI SINDUADI I										
KECAMATAN MLATI, KABUPATEN SLEMAN ( <i>Dyer Tennis Test</i> )										
No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)
			I	II			I	II		
1	SNM	P	4	6	10	5	4	5	9	4.5
2	ALI	P	5	4	9	4.5	5	3	8	4
3	APM	P	7	4	11	5.5	3	4	7	3.5
4	CDA	P	4	3	7	3.5	6	4	10	5
5	CA	P	7	6	13	6.5	8	5	13	6.5
6	KAP	P	5	3	8	4	6	3	9	4.5
7	RAS	P	5	5	10	5	3	5	8	4
8	VBJ	P	4	7	11	5.5	4	4	8	4
9	GNCN	P	5	3	8	4	5	4	9	4.5
10	ANP	P	6	7	13	6.5	6	7	13	6.5
11	ASPN	P	4	3	7	3.5	5	6	11	5.5
12	NAB	P	5	4	9	4.5	5	4	9	4.5
13	RSWR	P	4	4	8	4	7	5	12	6
14	ZLAW	P	8	8	16	8	7	5	12	6
Jumlah					140	70			138	69
Rata-rata (X)					18.66667	9.333333333			18.4	9.2
Standar Deviasi					2.601775	1.300887271			1.994498	0.997248963


## Lampiran 5. Kartu bimbingan skripsi

### KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI


Nama Mahasiswa : Zulfikar Fadhillah  
 NIM : 14601244004  
 Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
 Pembimbing : Drs. Ngatman, M.Pd.

No	Tanggal	Pembahasan	Tanda-Tangan
1	29 September 2017	Brainstorming Proposal Penelitian	
2	17 November 2017	Pengajuan letter balokan masalah	
3	7 Desember 2017	Identifikasi masalah Penelitian	
4	5 April 2018	Identifikasi variabel Penelitian	
5	19 April 2018	Pengajuan variabel Penelitian	
6	11 Mei 2018	Dasar Metodologi Penelitian	
7	12 Juli 2018	Yas tawman penelitian yg akan dipela	
8	26 juli 2018	Revisi pengambila data Penelitian	
9			
10			

Ketua Jurusan POR

  
 Dr. Guntur, M.Pd.  
 NIP. 19810926 200604 1 001

Lampiran 6. Kalibrasi meteran



**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN**  
**UPT METROLOGI LEGAL**

Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274) .....  
 sms : 085643491009 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id

---

**SERTIFIKAT PENGUJIAN**  
**VERIFICATION CERTIFICATE**

**Nomor : 1532 / MET / UP - 271 / VII / 2017**  
 Number

No. Order : 000147  
 Diterima tgl : 19 Juli 2017

**ALAT**  
*Equipment*

Nama <i>Name</i>	: Ukuran Panjang	Nomor Seri <i>Serial number</i>	:
Kapasitas <i>Capacity</i>	: 100 meter	Merek/Buatan <i>Brand / Made in</i>	: Fame
Tipe/Model <i>Type/Model</i>	:	Daya Baca <i>Readability</i>	: 2 mm

**PEMILIK**  
*Owner*

Nama <i>Name</i>	: TATAG SUBENI
Alamat <i>Address</i>	: Panggul wetan Candirejo Semanu Gunung Kidul

**METODE, STANDART, TELUSURAN**  
*Method, Standard, Traceability*

Metode <i>Method</i>	: SK DJ PDN No. 31 / PDN / KEP / 3 / 2010
Standard <i>Standard</i>	: Anak Timbangan Standar M2
Telusuran <i>Traceability</i>	: Ke satuan SI melalui LK-045-IDN

**TANGGAL PENGUJIAN**  
*Date of Verification* : 19 Juli 2017

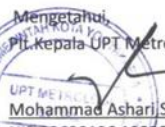
**LOKASI PENGUJIAN**  
*Location of Verification* : Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta

**KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN**  
*Environment condition of Verification* : Suhu : 30°C ± 3°C ; Kelembaban : 55% ± 3%

**HASIL**  
*Result* : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2017


**DISARANKAN UNTJK DIUJI ULANG**  
*Reverification* : 19 Juli 2018

Mengetahui,  
 Ptl. Kepala UPT Metrologi

  
 Mohammad Ashari SKom  
 NIP. 19630126 198202 1 001

Halaman 1 dari 2 Halaman

Yogyakarta, 19 Juli 2017  
 Ptl. Kepala UPT Metrologi Legal

  
 Mohammad Ashari SKom  
 NIP. 19630126 198202 1 001

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA

**LAMPIAN SERTIFIKAT PENERAAN**  
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

**I.**

*Verification data*

**DATA PENGUJIAN**

1. Referensi : TATAG SUBENISri Maryani

2. Ditera ulang oleh : Sri Maryani , NIP. 19591223 198303 2 012  
*Verified by*

**II. HASIL**

*Result*

Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
1000	1000,00
2000	2000,00
3000	3000,00
4000	4000,00
5000	5000,00
6000	6000,00
7000	7000,00
8000	8000,00
9000	9000,00
10000	10000,00


Penera Penyelia



Sri Maryani

NIP.19591223 198303 2 012

## Lampiran 7. Kalibrasi stopwatch



**UNIVERSITAS GADJAH MADA**  
LABORATORIUM PENELITIAN DAN PENGUJIAN TERPADU

DP/5.10.1/KLPPT  
Rev.1  
Halaman 1 dari 1

### LAPORAN HASIL KALIBRASI

CALIBRATION REPORT

Nomor / Number : 142A/LPPT-UGM/K/VII/2017

**IDENTITAS ALAT**  
*Instrument Identification*

Nama alat : Stopwatch

Merek /Pabrik : Casio / -

Tipe /Model : Casio HS-3

No. Seri : - / -

Range ukur : -

Resolusi : 0,01 Detik

Tempat kalibrasi : LPPT-UGM

Nomor pesanan : 17070300142A

Tanggal pesanan : 05 Juli 2017

Bidang kalibrasi : Timer

Tanggal kalibrasi : 11 Juli 2017

Kondisi lingkungan

Suhu ruangan :  $26,2 \pm 0,4$  °C

Kelembaban :  $42,5 \pm 1,5$  %RH

**IDENTITAS PEMILIK**  
*Owner Identification*

Nama : Devi Windriyani

Alamat : Paten, Celungan RT 002 RW 001 Sumberagung, Moyudan, Sleman, Yogyakarta


**HASIL KALIBRASI**  
*Result of Calibration*

Timer Dikalibrasi menit	Timer Standard menit'detik	Koreksi detik
1	01'00"02	00"02
5	05'00"01	00"01
10	10'00"02	00"02
15	15'00"01	00"01
30	20'00"01	00"01
<b>Ketidakpastian (<math>\pm</math> detik)</b>		<b>0,12</b>
<b>Faktor cakupan, k</b>		<b>2,00</b>

Timer tersebut dikalibrasi menggunakan standar Stopwatch no. sertifikat : S.017.005 735 Tertelusur ke satuan SI LK-032-IDN.

Yogyakarta, 24 Juli 2017

Pejabat Penandatanganan Sertifikat,



Yusuf Umardani, S.T., M. Eng.

Laporan hasil kalibrasi ini hanya dapat dipertanyakan/dikopi secara utuh

Lampiran 8. Daftar hadir siswa putra dan putri kelas atas

DAFTAR HADIR  
PENGAMBILAN DATA PENELITIAN

Tanggal :

No	Nama Peserta Didik	L/P	Tanda Tangan
1	SNM	P	Cu
2	ALI	P	Ca
3	APM	P	Ang
4	AF	L	Al
5	CDA	P	Ca
6	CA	P	Chrisma
7	JRK	L	Ar
8	KD	L	Am
9	KAP	P	Ang
10	MAF	L	A
11	MNUA	L	Ang
12	MRA	L	Edy
13	PWH	L	Nm
14	RAS	P	Kista
15	VBJ	P	Wm
16	GNCN	P	Nm
17	ANP	P	Ch
18	ASPN	P	Am
19	ANA	L	de
20	DWS	L	de
21	KTP	L	KR
22	MCI	L	Cm
23	MNI	L	Sum
24	NAB	P	Nah
25	RSWR	P	Ray
26	RNR	L	Rumay
27	SEP	L	Peri
28	SNNR	L	Nm
29	ZLAW	P	Zafar
30	TAA	L	Am



Lampiran 9. Dokumentasi penelitian



Gambar 14. Guru dan siswa putra dan putri kelas atas SD Negeri Sinduadi 1



Gambar 15. Pemanasan sebelum pengambilan data



Gambar 16. Pengambilan data kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke*



Gambar 17. Pengambilan data kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke*